



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



دانشکده پرستاری و مامایی رازی

پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد پرستاری

(گرایش کودکان)

عنوان:

بررسی تاثیر تکنیک آرام سازی عضلانی بر اضطراب،
خستگی و کیفیت خواب والدین کودکان مبتلا به
لوسمی تحت درمان با شیمی درمانی در
بیمارستانهای آموزشی شهر زاهدان در سال ۱۳۹۴

توسط: زینب پودینه

استاد راهنمای اول: دکتر مسعود ریانی

استاد راهنمای دوم: دکتر بتول پورابولی

استاد مشاور: دکتر یونس جهانی

سال ۱۳۹۵



Kerman University of Medical Sciences

Faculty of Nursing and midwifery

In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree M.Sc of Nursing

Titel:

The effect of relaxation techniques on anxiety, fatigue and sleep quality parents of children with leukemia treated with chemotherapy in Zahedan teaching hospitals in 2015.

By:

Zainab Poudineh

Supervisor:

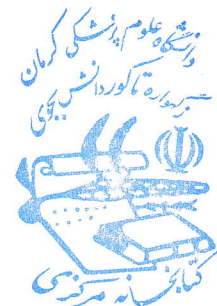
Masoud Rayani
Batool Pouraboli

Advisor/s:

Younes Jahani

Year:

2016



چکیده

مقدمه و اهداف: سرطان باعث گسیختگی در برنامه های زندگی کودک و اعضای خانواده خصوصاً والدین می شود و به دلیل مواجهه طولانی مدت باعث ایجاد استرس و تنش های عاطفی در والدین می شود که تاثیر منفی بر کیفیت زندگی دارد. این مطالعه با هدف تعیین تاثیر تکنیک آرام سازی عضلانی بر اضطراب، خستگی و کیفیت خواب والدین کودکان مبتلا به لوسمی تحت درمان با شیمی درمانی در بیمارستانهای آموزشی شهر در سال ۱۳۹۴ طراحی و اجرا شد.

روشها: این پژوهش یک مطالعه مداخله ای از نوع تصادفی شاهد دار است. جامعه پژوهش والدین کودکان مبتلا به سرطان لوسمی تحت شیمی درمانی مراجعه کننده به بیمارستان های آموزشی شهر زاهدان بودند که ۱۲۰ نفر از والدین در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفته و گروه مداخله، تکنیک آرام سازی بنسون را دریافت کردند. ابزار جمع آوری داده ها شامل پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه سنجش اضطراب آشکار و پنهان، سنجش شدت خستگی و کیفیت خواب بوده است. تجزیه و تحلیل داده ها توسط نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ و با آزمونهای t زوجی (Paired Samples t test) و آزمون ویلکاکسون، آزمون های t test، همبستگی پیرسون و آزمون One - Way ANOVA انجام و $p \leq 0/05$ معنی دار تلقی گردید.

یافته ها: میانگین اضطراب آشکار در گروه مداخله قبل و بعد از مداخله به ترتیب $8/95 \pm 60/86$ و $4/61 \pm 35/95$ ، در بعد اضطراب پنهان $4/75 \pm 56/56$ و $4/95 \pm 34/45$ ، در بعد خستگی $14/63 \pm 73/83$ و $11/06 \pm 43/71$ و در بعد کیفیت خواب $6/05 \pm 13/5$ و $3/43 \pm 5/7$ بدست آمد و بین اضطراب آشکار و پنهان و خستگی و کیفیت خواب در دو گروه مداخله و کنترل بعد از مداخله تفاوت آماری معنی داری وجود داشت. بین خستگی و متغیر سن ارتباط آماری منفی و معنی داری مشاهده شد ولی میانگین خستگی با متغیر های وزن، تعداد فرزند دختر و پسر، تحصیلات، شغل، جنسیت، سکونت و درآمد ارتباط آماری معنی داری نداشت ($p > 0/05$). بین کیفیت خواب والدین با تحصیلات، جنسیت و محل سکونت ارتباط آماری معنی دار نبود ولی بین اضطراب آشکار با تحصیلات رابطه آماری معنی دار مشاهده گردید ($p \leq 0/05$).

نتیجه گیری: به طور کلی یافته ها می تواند زمینه لازم جهت ارائه مراقبت های پرستاری خانواده محور را برای حمایت بیشتر از والدین کودکان مبتلا به سرطان در مواجهه با تنش های ناشی از بیماری مهیا سازد. ایجاد برنامه ریزی و برنامه های منسجم برای والدین کودکان مبتلا به سرطان جهت شرکت در کلاس ها و آموزش تکنیک های آرام سازی عضلانی در کنار دیگر والدین و درک شرایط یکدیگر باعث بهبود عملکرد خانواده و بهداشت روانی خانواده و جامعه می شود و از طرف دیگر بهبود کیفیت زندگی کلیه اعضای خانواده و کودک بیمار را به همراه خواهد داشت.

کلمات کلیدی: آرام سازی عضلانی، اضطراب، خستگی، کیفیت خواب، لوسمی، شیمی درمانی

Abstract

Background and objective : Cancer causes failure in life for children and family members, especially parents and because long-term exposure can cause emotional stress which has a negative impact on quality of life in parents' parents. Therefore, this study aimed to determine the effect of relaxation techniques on anxiety, fatigue and sleep quality parents of children with leukemia treated with chemotherapy was conducted in teaching hospitals in the year 2015.

Methods: This study is a randomized controlled intervention study. The study population included parents of children with leukemia undergoing chemotherapy who were admitted to the teaching hospital in Zahedan block 120 parents randomly placed in two groups and the experimental group received relaxation Benson . Data collection included demographic questionnaire, a questionnaire and trait anxiety, fatigue and sleep quality was assessed. Data analysis software SPSS 18 and paired t-test (Paired Samples T Test) (for comparison anxiety score between the two groups) and Wilcoxon test (for comparison of fatigue, anxiety and sleep quality), t test, regression test and One - Way ANOVA was performed and $p \leq 0.05$ was considered statistically significant.

Results : The average anxiety in the experimental group before and after the intervention, the $95/8 \pm 86/60$ and $61/4 \pm 95/35$, in anxiety after $75/4 \pm 56/56$ and $95/4 \pm 45/34$, in $63/14 \pm 83/73$ and $06/11 \pm 71/43$ exhaustion and then sleep quality was $05/6 \pm 5/13$ and $43/3 \pm 7/5$ and between state and trait anxiety and fatigue and sleep quality in both groups there was a significant statistical difference. Negative correlation between fatigue and age variables were significant but the mean fatigue and weight variables, number of children, girls and boys, education, occupation, gender, residence and income were not statistically significant ($05/0 < p$). The quality of their sleep to education, gender and location, but not statistically significant relationship between anxiety were significant correlation with education ($05/0 \geq p$).

Conclusion: Generally, the findings could be needed to provide family-centered nursing care for more support for parents of children with cancer, provide stress of illness. quality of life for all family members and the patient will have children.

Keywords: Relaxation, anxiety, fatigue, sleep quality, leukemia, chemotherapy